



Grunnupplýsingar um forvarnir gegn lyfjamisnotkun

Kæru foreldrar og sundmenn

Forvarnir gegn lyfjanotkun (t.d. lyfjapróf) eru ekki áberandi og lítið rætt málefni. Stundum örlar á misskilningi og sundmenn vita ekki við hverju á að búast og því getur þetta valdið ótta hjá þeim. Tilgangur alþjóðlegra lyfjareglna er að vernda rétt íþróttamanna til að taka þátt í lyfjalausum íþróttum og stuðla að heilbrigði, sanngirni og jafnrétti. Hér er að finna grunnupplýsingar sem geta verið góð byrjun til þess að kynna sér málin betur.

Grundvöllur baráttunnar gegn lyfjamisnotkun

Grundvöllur baráttunnar gegn lyfjamisnotkun í íþróttum er að leitast við að vernda hin sjálftryggu gildi íþróttanna. Oft er talað um þessi gildi sem "íþróttandann"; sem kjarna Ólympíuhugsjónarinnar; hinn sanna keppnisanda. Andi íþróttarinnar er hylling mannsandans, líkama og sálar og einkennist af eftirtöldum gildum:

- Siðferði, drengskapur og heiðarleiki
- Heilbrigði
- Afbuðarárangur
- Persónuleiki og menntun
- Gleði og ánægja
- Samvinna
- Ástundun og skuldbinding
- Virðing fyrir lögum og reglum
- Virðing fyrir sjálfum sér og öðrum iðkendum
- Hugrekki
- Samkennd og samstaða

Lyfjamisnotkun stríðir alfarið gegn anda íþróttanna

Höldum þessum gildum á lofti og notum þau til þess að berjast gegn misnotkun lyfja í íþróttum.

Hvað þarft þú að gera?

Það er á ábyrgð íþróttamannanna sjálfra að vera vissir um að þeir neyti ekki neinna efna sem eru á lista yfir efni sem eru bönnuð.

Íþróttamenn ættu ávallt þegar þeir taka byrja að taka lyf eða fæðubótarefni að skoða innihaldslýsingar til þess að athuga hvort þar sé nokkuð að finna sem er á lista yfir bönnuð efni.

<http://www.wada-ama.org/en/World-Anti-Doping-Program/Sports-and-Anti-Doping-Organizations/International-Standards/Prohibited-List/>

Einnig er gott að sundmenn kynni sér reglur um lyfjapróf, hvaða rétt þeir hafa, hvað má og hvað ekki, sérstaklega ef þeir hafa verið valdir í landslið. Á vef Íþróttasambands Íslands er að finna gagnlegar upplýsingar til dæmis lög ÍSÍ um lyfjamál og Alþjóðlegu lyfjareglurnar: <http://isi.is/lyfjaeftirlit/>